

Verschieben der Menstruation

Ein Kapitel aus den «EBM-Guidelines für Allgemeinmedizin», ausgewählt von der «PrimaryCare»-Redaktion



Fragestellung: Eine 22jährige Leistungssportlerin nimmt die Antibabypille und möchte wegen der Teilnahme an Schweizermeisterschaften ihre Mens um rund zwei Wochen verschieben. Sie machen nicht sehr viele gynäkologische Beratungen in Ihrer Praxis und möchten gerne die möglichen Varianten mit der cleveren jungen Frau besprechen können. Hierbei hilft Ihnen das Kapitel 25.12 «Verschiebung der Menstruation» auf den Seiten 899 und 900.

Question: *Une sportive de pointe de 22 ans prend la pilule anticonceptionnelle et souhaiterait retarder ses règles de 2 semaines en raison de sa participation aux championnats suisses. Vous ne faites pas beaucoup de consultations gynécologiques à votre cabinet et aimeriez pouvoir discuter les variantes possibles avec cette intelligente jeune femme. Vous trouverez ce que vous cherchez à ce propos sous «Décalage des règles», chap. 25.12, p. 899 et 900.*

25.12 Verschiebung der Menstruation

Vorbemerkungen

- Der Zeitpunkt der Menstruation kann durch ein Gestagen mit einer guten antiöstrogenen Wirkung verschoben werden.
- Es ist ratsam, den Zeitpunkt der Regelblutung vorzuverlegen anstatt hinauszuschieben, wenn dies für eine Reise oder aus einem anderen Grund gewünscht wird. (Man vermeidet so eine Medikamenteneinnahme während einer Reise.)

Patientinnen, die kein orales Kontrazeptivum einnehmen

- Es ist nicht bekannt, welche Risiken die Einnahme eines Gestagens im Frühstadium einer Schwangerschaft mit sich bringt. Schwangerschaft ist daher als Kontraindikation anzusehen. Während der Behandlung sind empfängnisverhütende Massnahmen zu ergreifen (IUP, Kondom, Enthaltbarkeit).

Präparate¹

- Norethisteron:
 - 2× 5 mg (3×, wenn Schmierblutungen auftreten) maximal 14 Tage lang. Therapie mindestens drei Tage vor erwartetem Beginn der Regel beginnen. Die Blutung setzt drei Tage nach Absetzen des Präparats ein.
- Lynestrenol:
 - In Fällen, in denen eine längere Amenorrhoe (mehr als 14 Tage) erwünscht ist.
 - 10 mg/Tag (2 Tabletten am Abend) (für gewöhnlich ausreichend). Die Verabreichung beginnt 5 Tage vor dem erwarteten Regelbeginn und wird

so lange fortgesetzt, wie die Blutung ausbleiben soll. Im Fall einer Durchbruchblutung kann die Dosis 3–5 Tage lang auf 15 mg/Tag erhöht werden.

Patientinnen, die ein orales Kontrazeptivum nehmen

- *Patientinnen, die ein Monophasen-Präparat einnehmen*, können die Einnahme einfach fortsetzen und die übliche Einnahmepause ignorieren.
 - Es ist möglich, die Pille ohne Unterbrechung bis zu 35 Tage lang einzunehmen. Dadurch wird der Menstruationsbeginn um jeweils so viele Tage verzögert, wie die Pille zusätzlich eingenommen wird.
 - Die Blutung setzt 2–4 Tage nach Absetzen ein. Nach einer Pause von 7 Tagen kann das Präparat wieder normal genommen werden.
- *Patientinnen, die ein sequentielles Zwei- oder Dreiphasen-Präparat einnehmen*, können die Einnahme wie oben beschrieben fortsetzen, die Pillen aus der nächsten Packung sind aber aus dem letzten Drittel zu nehmen, da diese mehr Gestagen enthalten und so das Einsetzen der Blutung verhindern.
- *Patientinnen, die täglich ein Gestagen («Minipille») einnehmen*, können Norethisteron wie oben beschrieben verwenden. Sie müssen allerdings auch ihre tägliche Gestagen-Einnahme fortsetzen, da die Minipille zu wenig Gestagen enthält, um die Menstruation verlässlich verschieben zu können.

¹ Anmerkung der Redaktion: Die «EBM-Guidelines» führen die österreichischen Produkte auf. Für «PrimaryCare»-LeserInnen haben wir die in der Schweiz erhältlichen Präparate am Ende des Artikels zusammengestellt.

* Das «medics labor» hat ein artikelunabhängiges Sponsoring für die Rubrik «EBM-Guidelines für Allgemeinmedizin» übernommen. Die Beiträge in dieser Rubrik entstehen vollkommen unabhängig von diesem Sponsoring und durchlaufen den normalen redaktionellen Reviewprozess. Durch die direkte Beteiligung an den Produktionskosten ermöglicht das Rubrik-Sponsoring die kostenlose Zustellung von «PrimaryCare» an alle Hausärztinnen und Hausärzte in der Schweiz. Die Herausgebergesellschaften und die Redaktion danken dem «medics labor» (www.medics-labor.ch) herzlich für diese Unterstützung.

medics labor

professionell und persönlich

Rubriksponsor*

■ *Patientinnen, die andere hormonelle Kontrazeptiva verwenden:*

- Gestagen-IUP: Ein kombiniertes orales Kontrazeptivum, das Ethinylestradiol und Levonorgestrel enthält, soll während der gewünschten Zeit zusätzlich genommen werden, vorausgesetzt, es besteht keine Kontraindikation für Östrogen. Lynestrenol kann auf dieselbe Art und Weise genommen werden wie bei Frauen, die keine oralen Kontrazeptiva einnehmen.
- Implantate: Wenn die Patientin ein Etonogestrel-Implantat verwendet, kann die Regelblutung hinausgeschoben werden, indem man ein kombiniertes orales Kontrazeptivum verabreicht, das entweder Ethinylestradiol mit Norethisteron enthält oder Ethinylestradiol mit Desogestrel. Wenn die Patientin ein Levonorgestrel-Implantat benutzt, kann die Regel mit einem oralen Kontrazeptivum, das Ethinylestradiol und Levonorge-

strel enthält, hinausgeschoben werden, vorausgesetzt, es bestehen keine Kontraindikationen für Östrogen. Lynestrenol kann ebenfalls verwendet werden.

Präparatliste für die Schweiz

- Ethinylestradiol und Levonorgestrel: Microgynon 30[®], Microgynon 50[®], Miranova[®], Ologyn Micro[®], Stediril 30[®]
- Ethinylestradiol und Norethisteron: Ovysmen[®]
- Ethinylestradiol und Desogestrel: Marvelon[®], Mercilon[®]
- Etonogestrel-Implantat: Implanon[®]
- Gestagen-IUP (Levonorgestrel): Mirena[®]
- Levonorgestrel-Implantat: in der Schweiz nicht im Handel
- Lynestrenol: in der Schweiz nicht im Handel
- Norethisteron: Primolut N[®]

Kommentar: Gute Übersicht! Musste aber den «medkalender» beiziehen wegen der Generika. Norethisteron à 5 mg ist bei uns in der Schweiz Primolut N[®]. Das Präparat Lynestrenol ist ein synthetisches Gestagen, das in der Schweiz nicht im Handel ist. Also auch für das sehr praktische EBM-Buch gilt, dass man manchmal noch an anderer Stelle nachsehen muss (was vielleicht einer Hausärztin mit viel gynäkologischer Erfahrung nicht passiert wäre?).

Edy Riesen

Commentaire: Bon aperçu! Mais devrait comporter le «medkalender» à cause des génériques. La noréthistérone à 5 mg est en Suisse Primolut N[®]. Le lynestrénol n'est pas disponible pas chez nous. Pour ce livre par ailleurs très pratique, il est vrai aussi qu'il faut parfois aller voir ailleurs (ce qui n'aurait peut-être pas été le cas pour un médecin de famille ayant une plus grande expérience gynécologique?).

Edy Riesen